

Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích
Zdravotně sociální fakulta

**PROTOKOL O OBHAJOBĚ DOKTORSKÉ
DISERTAČNÍ PRÁCE**

Jméno a příjmení studenta : **Mgr. Radim KOKEŠ**

Školitel : doc. PaedDr. Milada Krejčí, CSc.

Studijní program: Specializace ve zdravotnictví
Studijní obor: Prevence, náprava a terapie zdravotní a sociální problematiky dětí,
dospělých a seniorů

Název disertační práce : **Komparace účinků aerobikových a jógových aktivit na kardiovaskulární
systém vysokoškolských studentek s důrazem na prevenci zdraví a
optimalizace životního stylu**

Datum konání obhajoby : **14. 5. 2013**

Počet hlasovacích lístků

odevzdaných 7 platných 7 prospěl(a) 5 neprospěl(a) 1 zdržuji se 1

Hodnocení: *prospěl*

ZKUŠEBNÍ KOMISE:

FUNKCE	JMÉNO A PŘÍJMENÍ	PODPIS
Předseda komise	prof. MUDr. Miloš Velemínský, CSc., dr.h.c.	<i>Miloš Velemínský</i>
Člen komise	doc. Ing. Lucie Kozlová, Ph.D.	<i>Lucie Kozlová</i>
Člen komise	prof. JUDr. Vilém Kahoun, Ph.D.	<i>Vilém Kahoun</i>
Člen komise	prof. MUDr. Josef Fusek, DrSc.	<i>J. Fusek</i>
Člen komise	prof. MUDr. Jaroslav Slaný, CSc.	<i>Jaroslav Slaný</i>
Člen komise	doc. MUDr. Věra Adámková, CSc.	<i>Věra Adámková</i>
Člen komise	doc. PhDr. Adéla Mojžíšová, Ph.D.	<i>Adéla Mojžíšová</i>

V Českých Budějovicích dne 14. 5. 2013

PRŮBĚH OBHAJOBY DISERTAČNÍ PRÁCE:

Předseda komise prof. Velemínský představil doktoranda a jednotlivé členy komise. Po krátkém představení uchazeče se přešlo k prezentaci obhajoby disertační práce na téma „Komparace účinků aerobikových a jógových aktivit na kardiovaskulární systém vysokoškolských studentek s důrazem na prevenci zdraví a optimalizaci životního stylu“.

Uchazeč v úvodu představení své disertační práce hovoří o charakteristických rysech současného životního stylu vysokoškolských studentek, popisuje zdravotní a sociální aspekty pohybových aktivit, jako jsou tělesná hmotnost, psychika, partnerství, prevence sociálně patologických jevů aj.

Cílem práce je zpracování a ověření intervenčních pohybových programů a vzájemná komparace aerobikových a jógových aktivit z hlediska vlivu na kardiovaskulární systém studentek Jihočeské univerzity. Mezi hlavní úkoly práce patří zejména vytvoření a realizace intervenčního pohybového programu, provádění měření, aplikace dotazníku, zpracování získaných dat a stanovení závěrů a doporučení pro praxi.

Doktorand v další části své prezentace představuje komisi čtyři hlavní hypotézy své práce, charakterizuje experimentální soubory a poté se uchazeč zaměřuje na organizaci výzkumného šetření. Celkem byly provedeny čtyři měření a použity následující metody práce: antropometrická metoda, resp. body mass index, motometrická metoda – Ruffierův test tělesné zdatnosti, intervenční pohybové programy, dotazník životních rytmů a spánkového režimu a statické metody.

Doktorand dále demonstruje řadu grafických tabulek pro lepší znázornění výsledků měření: příklad zatížení při intervenčním aerobikovém / jógovém pohybovém programu, příklad průběhu srdeční frekvence při hodině aerobiku, vzájemnou komparaci časového zastoupení jednotlivých úrovní srdeční frekvence při hodině aerobiku a jógy. V dalších tabulkách porovnává výsledky dosažených hodnot Ruffierova indexu u ES v 1. – 4. měření, výsledky dosažených hodnot BMI u ES v 1. – 2. měření.

Z dotazníkového šetření životních rytmů a spánkového režimu vyplývá, že problémy s usínáním ve všední den má zřídka asi 46% žen a občas ca 35%. Jedenkrát během spánku se probouzí asi 51% žen. Zhruba 30% žen zabere spánek 8 hodin. Zřídka trpí depresivními stavy ca 52% žen. Pravidelnou konzumaci snídaně má většinou asi 38% žen a každý den obědvá asi 35% žen. Počítač ve všední den používá více než 1 hodinu zhruba 41% žen. Kladný vztah k tělesné výchově má ca 79% žen.

Na závěr doktorand potvrzuje první tři hypotézy své disertační práce, poslední hypotéza nebyla nepotvrzena a představuje pak doporučení do praxe, např. vytvoření nové koncepce VSK JU, opětovně zavedení povinné tělesné výchovy, zavedení nového volitelného předmětu „Zdravý životní styl“, veřejné přednášky o otázkách zdravého životního stylu a adekvátních pohybových režimech a další.

Doc. Krejčí, školitelka doktoranda, seznamuje přítomné se svým posudkem. Doktorand odpovídá na 2 otázky, které byly součástí hodnocení školitele.

Prof. Mourek, oponent disertační práce, seznamuje přítomné se svým posudkem. Doktorand reaguje na otázky uvedené v posudku a uspokojivě odpovídá na nejvýznamnější výhrady a připomínky oponenta.

Oponent doc. Repko nebyl při obhajobě disertační práce přítomen, proto komisi s jeho posudkem seznámila přečtením členka komise doc. Kozlová.

Prof. Velemínský zahajuje diskusi a vybízí členy komise k dotazování.

Doc. Mojžíšovou zajímá seznam publikační činnosti doktoranda k danému tématu disertační práce.

Člen komise, prof. Fusek se ptá, co vedlo doktoranda ke kombinaci aerobikových a jógových aktivit. V čem spatřuje výhody této kombinace.

Prof. Kahoun – „Optimalizace životního stylu? Co je životní styl? Chybí definice.

Prof. Slaný : „Uvádíte parametr BMI. Proč jste neuvedl obvod pasu, boky?“ Nebylo to možné provést u tak velkého souboru.

Doc. Kozlová : Líbí se mi smysl metodologického uchopení. Po metodologické stránce je to naprosto v pořádku, ani oponenti neměli žádnou výtku.

Doporučení – časovým údajům se raději vyhněte. Data mohou být zavádějící. Použijte časové ohraničení.

V závěru vystoupil doc. PaedDr. Emil Řepka, CSc., vedoucí katedry výchovy ke zdraví na Pedagogické fakultě JU, aby za celou katedru podpořil svého kolegu a ohodnotil ho jako velmi schopného, flexibilního pedagoga.

ZÁVĚR: Komise při tajném hlasování odhlasovala, že doktorand obhájil svou disertační práci a u obhajob **PROSPĚL**.